

# 11月11日は介護の日

## 自宅での生活の幅を広げ、安全に 訪問リハビリテーションという選択



在宅医療・介護連携推進事業

問合せ 高齢福祉介護課介護予防・地域支援係 196



**吉岡 孝徳さん**  
【羽村三慶病院在宅支援部訪問リハビリテーション科 科長】  
小学生の頃、けがでリハビリを受け、理学療法士の仕事に関心を持った。平成18年、羽村三慶病院に理学療法士として就職。リハビリ室での勤務を開始。その後在宅支援部に異動となり、訪問リハビリテーションに従事して17年。

羽村市でも4人に1人が65歳以上。「通院が大変」「自宅で医療や介護を受けたい」そんな相談が寄せられることが多くなってきました。そのようなときは、自宅で医療と介護を受ける「在宅医療・在宅介護」という選択肢があります。医療保険や介護保険を利用して、定期的に医師や看護師、ホームヘルパーなどの専門職に自宅に来てもらい、医療や介護のサービスの受けられる仕組みです。  
今回は、訪問リハビリテーションを行う理学療法士・吉岡 孝徳さん取材しました。

吉岡さんは1日に5〜6件のお宅を訪問して、それぞれの状態に合わせてリハビリを行います。訪問先のお宅に到着すると、元氣よく「おはようございます！」と声をかけながら、部屋に入ります。



▲利用者とのコミュニケーションを取りながら状態を確認し、体を動かします

この日最初の利用者は、骨折やけがなどで複数回入院しリハビリに励んでいるAさん(99歳)。吉岡さんを見ると大きな笑顔になりました。「お変わりないですか。前回から痛いところが出ていないですか」吉岡さんは朗らかに話しかけながら、リハビリに取り掛かります。「うん、いい感じですね。訪問がない日も自分で体を動かしているからですね」

Aさんを励ましながらも、専門家の視点で観察します。無理をさせずに、できる限りのことをしようとする責任感と誠実さが感じられます。Aさんにもそれは伝わっているのでしょうか、楽しそうに吉岡さんと会話する様子に、2人の絆を感じます。「けがをしたり手術をしたり大変だったけれど、

「マンツーマンで熱心に、体調を考えながらやってくれるのでありがたいです。持病があるため、自宅で生活に合わせたリハビリが受けられるのが良いです。これまで受けた中で最高のリハビリです」と絶賛。メモを取っていた奥様も「リハビリのない日にも体を動かせるように、何をやったかメモしています。最近、特定健診で主人の身長が伸びていてびっくりしました。リハビリで腰が伸びてきたのでしょ。本人も生き生きしてきたように



▲肩周辺の動きを確認。利用者の背中から、リラックスしている様子がうかがえます

思います」と嬉しそうに教えてくれました。吉岡さんは「リハビリはだいたい週に1回なので、残りの日に何もしないと体力が落ちてしまう」と言います。「ですので、リハビリ以外の時間にも、ちょっとでも体を動かしていたらいいなあ」と、分かりやすい運動を心掛けています

吉岡さんは病院でのリハビリと訪問リハビリの両方を経験しているベテランです。「病院のリハビリ室だと環境が整っているのだからに施術はやりやすいです。一方、ご家庭では状況がまちまちなので、工夫が必要なのところもあります。リハビリの目的を、家の中でどうしたら安全に生活できるか、どうやって生活の範囲を広げていくか、そういう方向で考える必要があります」生活に根差したりリハビリをいかに提供できるか

※訪問リハビリテーションの利用には一定の要件があります。

が、吉岡さんにとってのチャレンジであり、魅力でもあるそうです。「生活の中でその方が直面している問題は、訪問した方が気付きやすい。そういう視点でアプローチできるのは、私にとってもやりがいがあります。利用者さんが元気になるって、先週どこへ行ったとか、こういうことができるようになったという報告をいただいたときには、『ああ良かったなあ』とこちらも嬉しくなりますね」  
現在、吉岡さんが所属する羽村三慶病院では、吉岡さんのほかに13人のスタッフが訪問リハビリを行っています。自宅でリハビリを受けることで生活の幅が広がる可能性について考えてみてほしいと、吉岡さんは言います。「けがや病気の後、前の状態に戻りたいけれど1人ではなかなかうまくいかず困っている方もいると思います。皆さんが希望する状態に近づくために、訪問リハビリを活用してほしいです」



▲利用者の状況を慎重に確認しながら施術を行う吉岡さん

### 令和6年度 羽村市介護の日講演会

#### 在宅医療について知りたい ～在宅での医療と介護の基本のはなし～

自分自身に医療や介護が必要になったとき、どこでどのように過ごしたいと思えますか。

「どのような状態になったら在宅医療が必要なのか」「医療機関と介護事業所はどのように関わりがあるのか」など、基本的な疑問や実例などについての講演会です。

日時 11月19日(火)午後2時～3時30分 (受付：午後1時45分から)

会場 プリモホールゆとろぎレセプションホール

対象 市内在住および在勤の方

定員 50人 (申込順)

講師 布田 和恵さん (杏林大学保健学部健康福祉学科助教)

申込み・問合せ 11月1日(金)～18日(月)に、下記の申込フォーム、電話または直接、高齢福祉介護課介護予防・地域支援係 196へ

申込フォーム▶



「高齢者ちよこっと相談」も同時開催します!